



CYCLING VLAANDEREN ACADEMIE

SPRINTTRAININGEN 2025

LOCATIE: VLAAMS WIELERCENTRUM EDDY MERCKX, Strandlaan 3, 9000 Gent

DATUM	UREN
DO 6 NOVEMBER	18u00-20u00
DO 27 NOVEMBER	18u00-20u00
DO 4 DECEMBER	18u00-20u00
DO 11 DECEMBER	18u00-20u00
DO 18 DECEMBER	18u00-20u00
DI 23 DECEMBER	18u00-20u00 (*)
DI 30 DECEMBER	18u00-20u00 (*)
DO 8 JANUARI	18u00-20u00
DO 15 JANUARI	18u00-20u00
DO 22 JANUARI	18u00-20u00
DO 29 JANUARI	18u00-20u00

DOELGROEP: U15 (M/V) + U17 (M/V) + Junioren (M/V) + U23/Elite2 (M/V) met een competitie- of recreantenvergunning van Cycling Vlaanderen. Amateurs/masters kunnen niet deelnemen. Maximum 30 deelnemers per sessie.

(*): gratis deelname BMX-rijders die deelnemen aan de BMX-Trofee op de piste op zat 03/01/26.

DOEL: kennismaken met de piste en -fiets, explosieve korte inspanningen, voorbereiding op pistewedstrijden en/of bmx-seizoen, aanleren van technische vaardigheden sprint, fysieke trainingen.

ONLINE INSCHRIJVEN VANAF 15/09/2025 OP WWW.CYCLING.VLAANDEREN

KOSTPRIJS : € 90 voor het pakket. Inschrijving en betaling dient onmiddellijk online te gebeuren! Een pistefiets kan gehuurd worden via een aparte aanvraag en betaling van €30 te doen via https://cycling.vlaanderen/competitie/piste/pistepakketten/huur_pistefiets-2

AANDACHTSPUNTEN:

- Breng je eigen pistefiets mee of indien je pistefiets zal huren neem je eigen pedalen mee. Verder ook zeker je eigen koersschoenen en helm niet vergeten.
- Kom op tijd indien je een pistefiets huurt: fietsen moeten klaargemaakt worden, pedalen opgezet. Dit neemt de nodige tijd in beslag.
- Zorg dat je een minimum aan basisconditie hebt. Enkel zo gaat u een meerwaarde hebben aan deze trainingen.

CONTACTPERSONEN:

Inschrijvingen:	Ruben Cocquyt	+32 495 60 16 25	ruben.cocquyt@cycling.vlaanderen
Begeleiding:	Ruben Cocquyt	+32 495 60 16 25	ruben.cocquyt@cycling.vlaanderen

CYCLING VLAANDEREN

STRANDLAAN 3 . 9000 GENT . T.09 321 90 20
INFO@CYCLING.VLAANDEREN . WWW.CYCLING.VLAANDEREN